

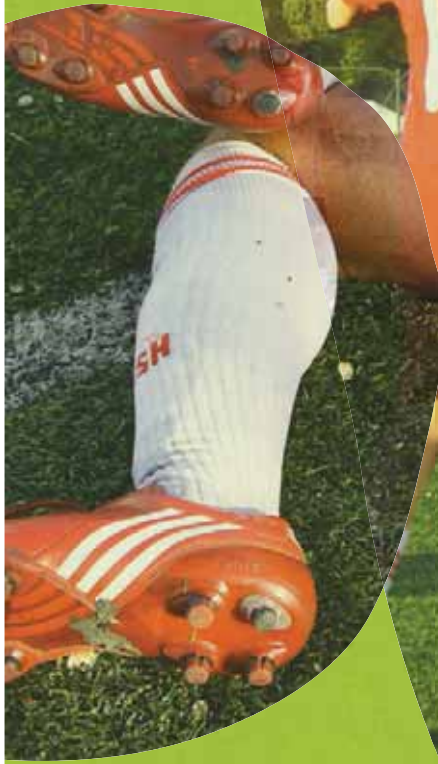
فوتبال چیست

سمیه قلیزاده
تصویرگر: سام سلماسی

اگر می‌خواهید
فوتبال‌بست حرفه‌ای
بشوید، حتماً این
مطلب را بخوانید

مدرسه‌ی فوتبال

مدرسه‌ی فوتبال بچه‌ها، باید از هیأت فوتبال استان یا شهرستان مجوز گرفته باشد. پیش از ثبت‌نام و پرداخت هزینه، از شایستگی کارکنان مدرسه‌ی فوتبال مطمئن شوید. گول تبلیغات دروغ را نخورید.



استعداد فوتبال یعنی چه؟

بازی با هر دو پا
دریافت و ارسال توپ
استقامت
انعطاف پذیری
توان روحی
تلاش
خلاقیت
هوشیاری
روحیه تیمی و...

دریبل



پاس



سرعت



اعتماد به نفس



قدرت



تمرکز



کفش فوتبال

کفش های فوتبال از دو قسمت رویه و استوک تشکیل شده است. استوک برای جلوگیری از لیز خوردن و رویه برای بازی با توپ است. کفش های فوتبال به ۶، ۹، ۱۲، ۱۳ استوک تقسیم می شوند. تعداد استوک ها مشخص می کند که کفش برای چه زمینی مناسب است. مثلاً در زمین هایی که گل و لای زمین زیاد است از کفش ۶ استوک استفاده می شود. بعضی از کفش ها استوک های پیچی دارند. یعنی می شود استوک های آن ها را زیاد و کم کرد. یعنی در شرایط بارانی می توان استوک های آن ها را کم کرد. یا در زمین های خشک استوک های آن ها را اضافه کرد.

سر زدن

